

共同幫助孩子， 克服注意力不足、過動挑戰 ——認識 ADHD 治療新趨勢

文 / 蘇湘雲

根據本土研究，我國兒童出現「注意力不足過動症」（Attention Deficit Hyperactivity Disorder，簡稱ADHD）的盛行率為7.5-10%，面對患有ADHD的孩子，照顧者在教養上常耗費許多心力，而隨著評估、治療觀念改變，透過家長、學校老師與醫療專業人員相互支持、合作，面對ADHD挑戰時，便不再孤立無援。

「陳醫師，我的小孩常和同學、老師吵架，每晚作業都寫到半夜十二點多，這是注意力不足過動症嗎？我該怎麼辦？」、「陳醫師，治療注意力不足過動症，一定要吃藥嗎？會不會有副作用？」嘉義長庚紀念醫院兒童心智科醫師陳錦宏常面對過動兒家長求助，上述提問，對他而言是司空見慣。

ADHD兒童 腦部皮質發展較遲緩

陳錦宏援引美國國家衛生研究院研究報告指出，該研究團隊運用大腦影像學長期追蹤ADHD兒童與正常兒童的腦部功能差異，結果發現，比起正常兒童，ADHD兒童部分的大腦

皮質發展延緩3-5年之久，約有一半的ADHD兒童在16歲後追上正常兒童大腦成長，也有部分ADHD兒童的症狀延續至青春期、成年期，醫學界逐漸了解，「ADHD是一種腦部發展遲緩造成的神經認知功能障礙問題」。

ADHD可分為「注意力不足型」、「過動型/衝動型」與「混合型」（注意力不足+過動/衝動）等三種類型，當兒童注意力不足（Inattention），在課堂、活動時便很容易分心，不容易維持注意力，且常有粗心，低動機、結構力差等現象，做事也很難持之以恆。而過動（Hyperactivity）的兒童往往活動量偏高，很難穩定坐在定點，至於易衝動（Impulsivity）的兒童則較沒耐心，凡事總要求立即獲得滿足，當ADHD兒童受症狀干擾，親子關係、人際關係與課業表現便大受影響，車禍意外、頭部創傷風險也會大幅升高。

「ADHD的診斷是一件高度複雜與專業的工作。」陳錦宏強調，ADHD診斷過程並非只以字面意義判定，而需經由有經驗的醫師依症狀學進行判斷，醫師會根據多方資訊，評估症狀的嚴

重程度、廣泛性、持續時間、功能影響等，並排除各項影響因素，才給予專業建議，診斷過程包括會談、症狀功能評估、神經認知功能檢查與其他身體與神經學檢查等，然後視個別狀況進行相關的檢查項目，以了解是否為過敏、視力、聽力、內分泌障礙等因素造成。

此外，ADHD高達70%合併對立性、反抗性行為、焦慮、憂慮、物質濫用等其他醫學上共病問題，因此家長、老師或網友等非此專業人員切勿自行根據診斷準則進行字面判斷，以免因ADHD複雜性導致延誤求助，問題也就可能越演越烈。

接受專業治療 改善幅度達90%

目前各國治療ADHD兒童的醫學指引方向均一致，即以藥物、行為治療及學校特教方案等多面向策略為主。陳錦宏表示，過去治療注意力不足過動症的預後指標，無論是改善專注力或進行衝動控制，多半著重於症狀改善、提升社會功能，比如小孩經過治療後，學習成績表現是否進步、團體融入表現是否適當等，而這些指標就容易被導引到所謂社會價值控制與取捨等爭議。

近幾年，ADHD預後評估標準開始納入「健康指標」，像意外傷害、精神疾病共病等風險就是重要一環。多篇研究顯示，藥物治療可降低頭部撞傷、車禍、自我傷害及其他共病症風險，因此在治療策略上，從新的歐美治療指引來看，藥物的運用也顯得更為重要。一般而言，對於學齡前幼童，多建議採用行為治療，但對於6歲以上的學童，治療ADHD建議視嚴重度用藥，並搭配行為治療。以治療效果來說，研究證據指出，若6歲以上的ADHD兒童規律接受藥物、行為治療，加上定期評估，90%患者症狀可得到改善。

—與孩子一同成長—



衛生福利部
心理及口腔健康司
心理衛生專輯—
注意力不足過動症



部分家長擔心，讓兒童服用ADHD藥物，可能產生副作用。對此，陳錦宏表示，ADHD藥物常見副作用包括失眠、頭痛、胃口下降、體重減輕等，發生比率為10%-20%，但多為短暫性症狀，當停止用藥或減藥，症狀就會好轉。罕見副作用有情緒變化、不自主運動，嚴重副作用則有幻覺、心臟問題，發生率約千分之一到萬分之一，因此對於有先天性心臟病或青光眼的患者，用藥必須謹慎評估。當評估整體利弊風險會發現，若不用藥且放任ADHD惡化，對兒童的影響往往更為深遠、嚴重，因此對經評估有需要用藥者，適當使用藥物治療利遠大於弊。

多方支援

共同行動幫助ADHD兒童成長

陳錦宏提醒，家長如果對醫師建議有疑慮，可嘗試詢問第二或第三位專業醫師建議，但千萬不要只聽網友、鄰居、老師等非醫療專業的經驗、說法，以免延誤治療時機。面對ADHD兒童所帶來的各式挑戰，用責罵、體罰方式常成效不彰，必須家長、學校老師與醫療專業人員相互支援、共同合作，以科學知識為背景的正向、有效介入方式，方能真正協助孩子成長，並克服注意力不足、過動挑戰。MOHW

特別誌謝

長庚大學教授
嘉義長庚紀念醫院兒童心智科醫師
社團法人台灣心動家庭兒童青少年關懷協會
創會理事長 陳錦宏